

pilates K 表参道店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール			2025/09/30	更新
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Waist 🏊		Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Waist 🏊		Hip & Leg 🏊	Basic 🏊		
Rino		sena	Rino	Rino		Kanako	Kanako		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Back & Arm 🏊		Stretch & Conditioning 🏊	Basic 🏊	Basic 🏊		Pilates Cardio	Back & Arm 🏊		
Rino		Luuna	Kanako	Kanako		sena	Rino		
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
		Pilates Cardio	Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊			
		sena	Kanako	Rino		Kanako			
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
			Waist 🏊	Hip & Leg 🏊					
			Luuna	Kanako					
			17:30 ~ 18:30						
			Basic 🏊						
			Luuna						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Pilates Cardio	Basic 🏊	Back & Arm 🏊				Waist 🏊	Stretch & Conditioning 🏊		
sena	Luuna	Kanako				Luuna	Luuna		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊				Stretch & Conditioning 🏊	Back & Arm 🏊		
Kanako	Luuna	Luuna				Luuna	Rino		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🏊	Body Balance	Waist 🏊				Back & Arm 🏊	Waist 🏊		
sena	sena	Luuna				Rino	Luuna		

pilates K 表参道店		【 10/09 ~ 10/16 】			スケジュール			2025/09/30	更新
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Pilates Cardio		Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊			
	Kanako	Mirai	sena		sena	Kanako			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Waist 🏊		Waist 🏊	Basic 🏊			
	sena	Rino	Luuna		Luuna	sena			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30				
	Hip & Leg 🏊	Waist 🏊	Body Balance		Body Balance				
	Kanako	Luuna	sena		sena				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
		Back & Arm 🏊	Basic 🏊						
		Mirai	Luuna						
		17:30 ~ 18:30							
		Stretch & Conditioning 🏊							
		Luuna							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic 🏊	Waist 🏊				Back & Arm 🏊	Body Balance	Hip & Leg 🏊		
Kanako	Rino				Kanako	sena	Kanako		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist 🏊	Pilates Cardio				Basic 🏊	Stretch & Conditioning 🏊	Waist 🏊		
Luuna	sena				Luuna	Luuna	Rino		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊				Hip & Leg 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊		
Kanako	Rino				Kanako	Luuna	Kanako		

🏊：体験可能レッスン
 ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilates K 表参道店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/30 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱
Kanako	Rino	Kanako		Luuna	Luuna		Rino
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Cardio	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱
sena	Luuna	Rino		Luuna	Kanako		Rino
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱			Basic 🌱
Kanako	Rino	Kanako		Rino			Kanako
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Stretch & Conditioning 🌱	Waist 🌱					
	Luuna	Rino					
	17:30 ~ 18:30						
	Waist 🌱						
	Rino						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🌱				Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	Basic 🌱
Luuna				sena	sena	Rino	Luuna
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🌱				Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱
Rino				Rino	Rino	Luuna	Kanako
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist 🌱				Body Balance	Basic 🌱	Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱
Rino				sena	sena	Luuna	Luuna

pilates K 表参道店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/30 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30
Body Balance	Basic 🌱		Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱
ririka	Kanako		sena	Luuna		Rino
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱
Kanako	Luuna		Luuna	Rino		Kanako
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱		Body Balance			Waist 🌱
ririka	Kanako		sena			Rino
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Back & Arm 🌱	Stretch & Conditioning 🌱					
Rino	Luuna					
17:30 ~ 18:30						
Basic 🌱						
Kanako						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Body Balance
			Rino	Kanako	Rino	sena
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio
			Luuna	Rino	Kanako	sena
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱
			Rino	Kanako	Kanako	Kanako

🌱 : 体験可能レッスン

・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切つてのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。